



高雄市立小港醫院  
(委託財團法人高雄醫學大學經營)  
板機指手術衛教

板機指是「手指屈指肌腱狹窄性肌腱鞘炎」，當手指彎曲時，肌腱可服貼於骨頭上滑動，但當手指過度使用，造成滑車與屈指肌腱過度摩擦，就會產生腫脹、發炎、狹窄現象，使彎曲的指頭伸直時會有「喀」聲響，變成兩段式伸直，猶如扣板機的動作，故稱為「板機指」，經手術後請注意以下事項：

一、術後傷口照護

- (一)手術後傷口約需 10-14 天拆線。
- (二)手術後可冰敷及抬高患處，以減輕腫痛、預防出血。
- (三)傷口敷料請保持清潔乾燥，拆線後才可以碰水。
- (四)手術後需依醫囑按時服藥。
- (五)手術後傷口若有紅、腫脹、熱、疼痛、發燒不退、傷口出血、流膿，應立即回醫院求診。

二、術後復健運動

- (一)需經醫師評估許可後，才開始做復健運動。
- (二)手術的手指緩慢向上伸展，並用另外一隻未手術的手來輔助，撐住五秒後再放鬆，反覆 6-10 次。



若有任何疑問，請撥諮詢專線：(07) 8036783 轉 3260 或 3261  
“小港醫院骨科門診關心您”